



HÓQUEI EM PATINS

ASPECTOS ESPECÍFICOS
DA MODALIDADE

E. HONÓRIO



D

CA

Índice

Introdução	5
Capítulo I — INICIAÇÃO À PATINAGEM	7
1 — Incidência ao equilíbrio	9
2 — Métodos de aprendizagem	13
3 — Início do deslizar	15
4 — Introdução ao cruzamento de pernas	19
5 — Introdução ao patinar para trás	20
6 — Iniciação à travagem	21
Capítulo II — MATERIAL DE PRÁTICA E EQUIPAMENTO	27
1 — Material de prática e equipamento	29
2 — Material de jogar	31
3 — Equipamento de protecção	40
4 — Vestuário	42
5 — Material auxiliar	43
Capítulo III — PATINAGEM HOQUISTA	45
1 — Incidência - equilíbrio manual	47
2 — Deslizar	49
3 — Cruzamento de pernas	51
4 — Mudanças de direcção	54
5 — Arranques	56
6 — Travagens	57
7 — Saltos sobre obstáculos	60
8 — Meia volta	60
9 — Meia volta com travagem	61
Capítulo IV — O MANEJO DO ESTIQUÊ	63
1 — Incidência óculo-manual	65
2 — Controlo e condução de bola	67

3 — Exemplo possível do treino do controlo de bola	69
4 — Recepção de bola	72
5 — O passe	76
6 — O remate	82
Capítulo V — O GUARDA-REDES	93
1 — O guarda-redes	95
2 — A função do guarda-redes	96
3 — Equipamento de guarda-redes	96
4 — Equipamento de protecção	96
5 — Elementos básicos da técnica do guarda-redes	98
Capítulo VI — O TREINO TEÓRICO	111
1 — Elementos da táctica individual	113
2 — Requisitos básicos	114
3 — Definições	114
4 — Espírito ou agressividade competitiva	122
Capítulo VII — FORMAS DE APRENDIZAGEM DOS REQUISITOS TÉCNICO-TÁCTICOS	129
1 — Os esquemas com objectivos definidos	131
2 — Os jogos	135
3 — Princípios básicos do gesto hoquista e da pedagogia do seu ensino	143
Capítulo VIII — A TÁCTICA	145
1 — Cronologia das acções tácticas	147
2 — A táctica	149
Capítulo IX — O JOGO	153
1 — O jogo	155
2 — Os jogadores	156
3 — Zonas de jogo	158
4 — Estratégia defensiva	160
5 — Estratégia ofensiva	165

AUTOR

E. Honório

TÍTULO

Hóquei em Patins

COLABORADORES

J. Vicente

C. Dantas

J. Duarte

J. Edgar

DESENHOS

L. Souto

COORDENAÇÃO DE EDIÇÃO

João Boaventura

EDIÇÃO

Ministério da Educação

Direcção-Geral dos Desportos

Av. Infante Santo, 76, 4.º

1399 Lisboa Codex

COMPOSIÇÃO E IMPRESSÃO

Tip. Minerva do Comércio

TIRAGEM

3000 exemplares

DATA

Fevereiro 1988